



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Servicio de Comedores  
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:34

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

LUNES, 17 DE FEBRERO DE 2020

### MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
<b>Arroz a banda</b>	Crustáceos Lácteos Moluscos Pescado
Familia	Técnica culinaria

Arroz Plato: Primero Guisado

#### Ingredientes

Ajos  
Judías verdes  
Pimientos rojos  
Pimientos verdes  
Pimientos morrones  
Tomate triturado  
Jibia  
Rosada  
Gambas  
Mejillón, carne  
Azafrán, hebra  
Colorante amarillo  
Arroz  
Terminación, ali-oli

Fumet blanco de pescado (elaboracion propia) \*

\* Ajos Puerros Cebolla Pimienta negra, grano Laurel Rape espinas Vino blanco Perejil Agua Sal

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

##### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	204,1 / 4059
Proteínas (g)	6,918
Hidratos carbono (g)	41,6
IG (g)	0
Fibra (g)	1,188
Grasas (g)	0,851
AGS (g)	0,178
AGM (g)	0,212
AGP (g)	0,288
Colesterol (mg)	22,98

##### Minerales

Calcio (mg)	18,38
Hierro (mg)	0,46
Yodo (mg)	4,57
Magnesio (mg)	13,98
Zinc (mg)	0,45
Selenio (mg)	1,75
Sodio (mg)	134,04
Potasio (mg)	279,59
Fósforo (mg)	11,40

#### Información adicional

(\*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Servicio de Comedores  
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:34

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

Denominación

Alérgenos

### Lomo braseado

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Asado

### Ingredientes

Cerdo, lomo

Maíz, fécula

Fondo oscuro de carne (elaboracion propia) \*

\* Huesos de ternera Ternera Cebolla Puerros Ajos Laurel Zanahorias Apio Tomate Agua Vino tinto Sal Tomillo

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	219,2
Proteínas (g)	11,7
Hidratos carbono (g)	2,043
IG (g)	0
Fibra (g)	0
Grasas (g)	17,13
AGS (g)	6,348
AGM (g)	7,261
AGP (g)	1,043
Colesterol (mg)	42,96

#### Minerales

Calcio (mg)	
Hierro (mg)	
Yodo (mg)	
Magnesio (mg)	
Zinc (mg)	
Selenio (mg)	
Sodio (mg)	
Potasio (mg)	
Fósforo (mg)	

Denominación

Alérgenos

### Pimientos fritos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Fritura

### Ingredientes

Pimientos verdes

Sal

Aceite de girasol

Denominación

Alérgenos

### Manzana

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

### Ingredientes

#### Información adicional

(\*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.



**UNIVERSIDAD  
DE GRANADA**

Servicio de Comedores  
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:34

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor (PTS)**



## Información de los platos

Manzanas

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	50
Proteínas (g)	0,3
Hidratos carbono (g)	12
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,2
AGM (g)	0,15
AGP (g)	0,11
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

Calcio (mg)	
Hierro (mg)	
Yodo (mg)	
Magnesio (mg)	
Zinc (mg)	
Selenio (mg)	
Sodio (mg)	
Potasio (mg)	
Fósforo (mg)	

Denominación

Alérgenos

**Vino tinto**

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Bebidas

Plato: Bebida

Ingredientes

Vino tinto

#### Información adicional

(\*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.